

青 少 年 成 才 自 助 餐

周宏 高长梅 主编

学会管理

雷江华



华中理工大学出版社

青少年成才自助餐

学会管理

雷江华

图书在版编目(CIP)数据

学会管理/雷江华

武汉:华中理工大学出版社, 1999年1月

ISBN 7-5609-1868-9

I. 学…

II. 雷…

III. 管理能力-中学生-自学参考

IV. G621

青少年成才自助餐

学会管理

雷江华

责任编辑 周芬娜

*

华中理工大学出版社出版发行

(武昌喻家山 邮编:430074)

新华书店湖北发行所经销

华中理工大学出版社照排室排版

武汉市科普教育印刷厂印刷

*

开本:850×1168 1/32 印张:7.5 插页:2 字数:145 000

1999年1月第1版 1999年7月第2次印刷

印数:3001-6000

ISBN 7-5609-1868-9/G·205

定价:8.80元

(本书若有印装质量问题,请向出版社发行科调换)

内 容 提 要

青少年的成才是社会各界共同关心的话题。本书基于响应我国素质教育的号召,立足于青少年身心发展的特点,着眼于青少年管理能力的提高和管理知识的增长,从学会自我教育、计划、组织、服务、协调、控制到学会决策、领导的艺术来构建体系,通过生动活泼、喜闻乐见的事例和名人名言的启示,潜移默化地教给青少年朋友一些自我管理的方法、技巧等,以期促进青少年朋友在社会激流的冲击下,能健康地成长和更好地服务于社会。编者期望本书对青少年朋友的成长有所启发和帮助。

总 序

高长梅

我们渴望自立,渴望自律,渴望自强……

我们渴望成功,渴望成才,渴望成人……

青春不是粉面桃腮,不是朱唇红颜,也不是幼稚式的单纯,无知式的好奇;

青春不是自得的轻狂,不是浅薄的潇洒,也不是好逸恶劳式的享受,卿卿我我式的浪漫……

青春是坚定的意志,是健康的体魄,是丰富的想象,是饱满的热情;

青春是战胜懦弱的勇气,是敢于冒险的精神,是孜孜不倦的追求,是无私坦荡的胸怀……

这就是青春的本质,青春的内涵,成才者应具备的素质。

素质是一个人的根本品质,它包括政治素质、思想素质、道德素质、智能素质、情感素质、意志素质、审美素质、交际素质、身体素质、心理素质等。只有具备了这些生活素质、生存素质,才获得了 21 世纪的入场券和通行证。

青少年阶段是人生的黄金时期,如旭日东升,如八九点钟的太阳,生命力旺盛,前程远大。但与此同时,又是青少年的心理断乳期,这主要体现在心理上还不够成熟,思想的可

塑性较大,知识结构尚不完整,阅历还有待丰富等,其综合素质还不完备。

事实上,青少年的心理成熟需要一个过程,需要一个在生活中不断磨炼(逐步坚强)、不断修养(修身养性)、不断优化(去粗取精)、不断完善(走向完美)的过程;其良好的素质也需要在失调中不断调整、偏误中不断矫正、惶惑中使之适应、冲突中使之和谐这一过程中,通过教育与自我教育不断培养。它们不可能唾手可得,更不可能天生(有一定的先天基础,但主要靠后天的自求、自得、自我发展)。

我们这一代将是 21 世纪的主人,我们肩负着祖国的嘱托和历史的重担,任重而道远。时代赋予我们使命,但要很好地完成这一使命,我们必须具备高素质才行。正因为如此,华中理工大学出版社以高度的责任感策划了这套《青少年成才自助餐》丛书,以使青少年面对新世纪的起跑线,做好充分准备。

这套丛书由《学会生活》、《学会做人》、《学会学习》、《学会创造》、《学会审美》、《学会关心》、《学会管理》、《学会交际》、《学会健体》构成,涉及青少年素质的方方面面。全套书紧紧扣住“九个学会”的核心内容,从“学会”的意义,到怎样“学会”及对“学会”过程中的行为纠偏等,既有站在理性高度势如破竹的分析,又有具体细微的可操作性的方法介绍。由于丛书名中“自助餐”几字界定了本丛书的特点,因此作者力求丛书在知识性、通俗性、生动性和操作性上能够较好地统一起来,以使读者读后有所得,最终有所行。

根据素质教育的要求,整体育人的原则,让青少年学会生活是目的,学会做人则是学会生活的关键,也是素质教育

的首要任务。学会了学习,才能使自己永不落伍;学会了创造,才使自己将来可能成才;学会了审美,才能提高生活的品位;学会交际,是协调人与人之间关系的重要条件;学会了关心,才能在关心他人中得到回报;学会了管理,才会使自己更加成熟;而强健的体魄、健全的心理则是未来生活的通行证,掌握了自我健体的技巧,才能自觉不自觉地训练、锤打、调整自己。

作者的意愿是好的,努力是艰苦的,心是诚恳的,但目的是否达到,有待广大读者在读后评判。

作者诚恳地将本丛书献给一切关注 21 世纪中华腾飞的人们,更诚恳地将本丛书献给 21 世纪的主人自己!愿广大青少年都能成为 21 世纪里高素质的人才!

21 世纪属于青少年,21 世纪属于中国!

目 录

学会管理：一个被唤起的社会话题	(1)
-----------------------	-----

学会自我教育

一、路，在自己的脚下	(16)
二、你已经有了自我教育能力	(17)
三、听话有技巧	(18)
1. 听懂意思	(18)
2. 听清来龙去脉	(20)
3. 听出重要的信息	(20)
四、能说会道	(22)
五、开拓你的创造力	(35)
六、学会自学	(38)
1. 自学是一所没有围墙的学校	(38)
2. 循序渐进	(39)
3. 学会“聚焦”	(40)
4. 掌握学习的周期	(42)
七、学会自我评价	(43)
1. 塑造良好的自我形象	(44)
2. 正确评价自己	(45)

学 会 计 划

一、设计你的人生目标	(52)
------------------	------

二、怎样制定计划	(54)
三、科学地按计划办事	(58)
四、有效地利用时间	(61)
1. 合理安排时间	(63)
2. 排除干扰,专心致志	(63)
3. 学习和生活两不误	(64)
4. 见缝插针,堵塞漏洞	(64)
五、合理地安排课余生活	(65)

学 会 组 织

一、培养组织能力	(69)
1. 积极参加社会实践活动	(69)
2. 勇于担任干部职务	(70)
3. 主动组织各项活动	(70)
二、学会组织社会调查活动	(71)
三、学会组织社会公益活动	(73)
四、学会组织学雷锋,学英模活动	(77)
五、学会组织学习竞赛活动	(81)
六、学会组织课余活动	(84)
七、学会组织各类“沙龙”	(88)
八、学会组织社交活动	(91)
1. 做东要细心周到	(91)
2. 安排好活动费用开支	(92)
3. 处理好活动内外的关系	(94)
4. 妥善处理意外事故,保证安全	(96)

学 会 服 务

一、树立正确的理想和人生观	(98)
---------------------	------

二、增强明辨是非的能力	(102)
三、自立自强	(104)
1. 自尊自爱	(104)
2. 自主自立	(106)
3. 自信自强	(108)
4. 勇敢坚毅	(109)
四、发扬集体主义精神	(111)
五、勇担重任	(114)
六、培养社会责任感	(114)
七、乐于奉献	(116)
八、有正义感	(119)

学 会 协 调

一、学习内部的协调	(123)
1. 协调好各学科之间的关系	(123)
2. 协调好听课与练习的关系	(125)
3. 协调好课堂学习与课后自学的关系	(125)
二、学习与工作的协调	(126)
1. 学生干部不是“干部学生”，不可本末倒置	(126)
2. 提高效率	(127)
3. 不断摸索和总结学习和工作方法	(127)
4. 养成制定计划的好习惯	(128)
三、“劳”与“逸”的协调	(128)
四、学会协调学业与恋爱的关系	(129)
1. 树立远大的理想	(129)
2. “冷冻”已经出现的“早恋”	(130)
3. 掌握一些防范的方法	(131)

五、学会协调自己与他人的关系	(132)
1. 协调与老师的关系	(132)
2. 协调与同龄人的关系	(138)
3. 协调与家长的关系	(143)

学 会 控 制

一、培养自我控制能力	(150)
1. 控制情绪,约束言行	(151)
2. 调整方向,发挥优势	(152)
3. 勉励自己,不断进步	(154)
二、增强纪律观念	(156)
三、遵守和维护公共秩序	(159)
四、培养和提高自我控制能力	(161)
1. 培养自己的行为本质	(162)
2. 掌握自我行为调控的方法	(164)
3. 不要重演无事忙的悲剧	(166)
五、正确对待困难和挫折	(168)
1. 把不幸变成一所最好的学校	(168)
2. 认真对待困难和挫折	(175)

学 会 决 策

一、生活处处需决策	(183)
二、确定决策目标	(184)
1. 明确上属目的	(184)
2. 目标必须是现实可行的	(187)
3. 努力使目标单一化	(188)

三、设计决策方案	(190)
四、选择决策方案	(195)
五、紧急决策	(201)
1. 善于把握机遇	(201)
2. 决策不能时时照章办事	(203)
3. 学会几招“散手”	(207)

学会领导的艺术

一、用权的艺术	(211)
1. 树立威信	(211)
2. 科学授权	(213)
二、用人的艺术	(215)
1. 任人唯贤	(215)
2. 用人所长	(217)
三、用财的艺术	(218)
四、用计的艺术	(219)
五、用时的艺术	(220)
六、交往的艺术	(221)
七、演讲的艺术	(224)

学会管理：一个被唤起的社会话题

青少年朋友，当你来到一个新地方，茫然地凝视着一个广阔而又陌生的世界的时候，当你去触摸一切引起你兴趣的东西的时候，你是否被你的好奇心引到了一块亮晶晶的镜子面前，望着镜子里的“我”发呆呢？童年的你充满着惊奇和诧异；少年的你充满着关注和疑问；青年的你则逐渐开放自己而走向成熟，去接纳并确认“我”。这一切都在不知不觉中发生，伴随着的是那一张张尚存稚气的脸上开始出现的凝重，是为思虑明天的人生之路而造成的第一次失眠，是把第一封情书寄给自己所喜爱的人，是落在《高考志愿登记表》上那闪闪烁烁的目光。你也开始面临一个真正严肃的人生课题——如何学会管理自己。

随着年龄的增长、能力的提高、活动范围的扩大，你可能开始逐渐意识到要管好自己，但由于阅历尚浅、经验不很丰富，你可能感到很为难，不知从何下手。当你感觉到这方

面的知识欠缺的时候,你是否在与同龄人谈心的时候提及这样的问题,或者试图向长辈问及这方面的问题呢?其实,一个人生下来,除了在襁褓中、在摇篮里一切由父母照顾之外,直到老死,都有个学会管理自己的问题。这是因为,人是作为社会的一员而存在的。家庭、幼儿园、小学、中学、大学、工作单位,都是社会的组成部分。你所去的公共场所,如商店、影剧院、公园、公共汽车等,也都是社会的组成部分。在这一切你每天离不开的社会组成部分里,大的方面,你要遵守国家的各项法规;小的方面,你要遵守社会各个组成部分自己的规章、守则。个体按照规则办事就是在管理自己。因此,人人都需要管理自己,实际上人人也都随时随地在管理自己。本书中谈及的学会管理中的“管理”,主要是指“自我管理”。

青少年的自我管理是相对于社会管理而言的。它是青少年按照社会行为规范进行的自我调节的活动。其实,自我管理是一种自觉的个人行动,这种行动是在社会大环境的制约下进行的。本书从学会自我教育、学会计划、学会组织、学会服务、学会协调、学会控制、学会决策、学会领导的艺术等方面,阐述了自我管理在青少年健康成长中的重要性,同时教给大家自我管理的方法、技巧等,期望对青少年朋友有所启发和帮助。青少年是祖国的未来和希望,只有学会自我管理,不断完善自己,才能更好地发展自己,更好地为社会作出更大的贡献。

一、学会管理，社会发展的需要

青少年朋友，你也许对这样一些故事有些陌生：《伤痕》中那深深的控诉；《枫》中那交织着纯真和狂热的血染臂章；《今夜有暴风雪》中那憾人心肺的知青大返城场面……当时的青年是带着眼泪、带着苦涩、带着思索去看、去读，去咀嚼，去回味这一切的！进而，他们的思考也迅速上升到了一个新的层次。这场噩梦醒来，谁痛切至深？——是民族的“大我”还是沉吟于伤感的“小我”？青少年的出路在于投身觉醒的“大我”，还是去完善孤独的“小我”？从不同的角度，带着不同的经历，发出不同的声音。在那时，这是一场不可能得出结论的争论。这种没有“结论”，对于习惯于一有争论就要听到一致声音的人们来说，的确是一个遗憾！于是，“迷惘的一代”便成为当时一些人对青少年的评价。

当然，一代青少年的迷惘、徘徊常常是同社会的转折相联系的。这是奋起的前奏。当现代的青少年朋友站在现在这一时间点上去回顾这场讨论，以求发现青少年思想发展的逻辑线索的时候，可能会说：在1976年到1978年短短的两年里，青少年开始对自己个人的生活道路进行具有积极意义的思考。如果说，在“十年动乱”中不断地提醒青少年要“自觉革命”的话，那么只是在这场动乱结束后，青少年才开始真正地拥有了自我发展的历程。这种历程表现为青少年越来越强烈地要求自我教育、自我管理。上一代的经历也给我们当代的青少年提供了良好的启示：要想立身于复杂多

变的环境,就必须时时刻刻地保持高度的警觉,必须教育好自己,管理好自己,完善自我,只有这样才不至于迷失方向。学会管理将会给青少年带来许多益处。

第一,学会管理有利于提高学习、工作和生活的效率。在日常生活中,有很多的事情要由青少年自己来处理,怎样的处理方式才会得到最佳的结果是一个很复杂的问题。青少年时期,一个重要的矛盾就是生活的复杂性和青少年自身行为的成熟性之间的矛盾。在生活目标尚处于确立过程中,青少年面临着如何运用正确的认知方式来了解社会、用形成的正确的自我意识来评价自身的问题,还面临着还如何协调好学习与工作之间的关系、如何处理好同学之间的关系等等。如此种种,青少年应该怎样处理它们呢?可能有些人处理得很好,而有些人并不知道如何处理,处于迷惘之中,因此成绩下降,工作屡次出现差错。下面一段故事也许会对青少年朋友有所启发:

小宁当上了班干部,那学期期末考试,他的平均成绩比上学期下降了 10 多分。看了成绩单后,他心里懊恼死了,他认为要不是当了班干部耽误了很多学习时间,他的学习成绩决不会下降。于是,他来到了老师的办公室,准备向老师提出“辞职”。但在办公室里,刘老师正在和班长何毅谈话。刘老师见他进去了,便叫他在一旁坐下,刘老师继续与何毅谈话。

刘老师说:“何毅,你期末考试平均成绩 90 多分,不错嘛!你是怎么复习的?”何毅很腼腆地笑了笑:“我订了一个复习计划,把各门课程都系统复习了一遍。我数学、化学基础不太好,就多安排了一些时间。这样,学过的东西心中有

数了，考试时就比较有信心。”

刘老师又问：“你既要搞班上的期末总结，又要组织文娱活动，复习时间是怎么保证的呢？有什么窍门？”何毅说：“时间就靠抓紧。无论是班上的工作，还是我自己的学习任务，今天的事，我下决心今天做好，决不拖到明天去。我常想，时间少，更要注意学习效果。如做完班上的工作，剩下的零碎时间办不了大事，就用来做当天的作业、读课文等。晚上时间长，就用来系统复习、写作文、攻难题。”

“真聪明，难怪你成绩那么好呢！”听到这儿，刘老师由衷地赞叹了一句。何毅看了看刘老师，说道：“我哪里是聪明，只不过是注意合理利用时间而已。”

“何毅说得对！”刘老师把目光转向小宁说，“人的知识都是靠勤奋学习获得的。你看，何毅把工作和学习的关系处理得多好。当干部忙一些，正可以培养我们的吃苦精神和严谨的作风。只要我们做抓紧时间的有心人，加上善于学习，一定能取得好成绩。鲁迅先生说过，‘时间就像海绵里的水，只要你愿挤，总还是有的。’小宁同学，记住鲁迅先生这句话吧，好好学学挤海绵的精神。”

上面的对话正说明了学会管理的重要性。何毅同学所做的就是在学习、工作中正确地管理好自己。例如他所说的“我订了一个复习计划”就是学会计划中所包含的内容；刘老师对何毅的评价中谈到的“把工作和学习的关系处理得多好”就是学会协调中所包含的内容。对青少年朋友来说，日常生活中处处存在着管理，只有时时刻刻注意加强这方面的学习，在学习、工作、生活中才会极大地提高效率。

第二，学会管理有利于提高自我管理的能力，从而更好